



脳健康度テストを受けてみませんか

いつまでも健康な脳でいるために、脳健康度テスト（ファイブコグ検査）で今の自分の脳の状態を知り、認知症予防に取り組んでみませんか。

ファイブコグ検査とは

脳の認知機能のうち、記憶、注意、言語、視空間認知、思考の5つの機能を測る検査です。

検査時間は50分程度で、スクリーンを見ながら検査を行います。

『前回参加者の声』

- 自分を知ることができてよかった
- （講義が）わかりやすく早速実践したい
- テストの結果は思っていた通り記憶力の弱さが出てしまいました

対象者 おおむね60歳以上で認知症と診断されていない方
原則として2回とも参加できる方
定員 20名（先着順）

日時会場

【千代田会場】
東部生涯学習センター

1回目：10月13日（火）
10時～11時30分
2回目：10月20日（火）
10時～12時

【横内会場】

横内小学校体育館2階 会議室
※会場にエレベーターはありません

1回目：10月15日（木）
10時～11時30分
2回目：10月22日（木）
10時～12時

内容 1回目 ファイブコグ検査
2回目 ファイブコグ検査の結果説明
～講演～ 生活改善で認知症予防！！
講師：理学療法士 青島しほ



費用 無料

申込 お電話にてお申し込みください

☎054-207-8111 葵区伝馬町横内地域包括支援センター

主催 きよみずくらぶ

協力 静岡市葵区伝馬町横内地域包括支援センター
静岡市葵区千代田地域包括支援センター

※新型コロナウイルス感染症の状況により、開催状況が変更されることがございます。